

精神分析经典译丛

神经症与人的成长



NEUROSIS AND
HUMAN GROWTH

[美] 卡伦·荷妮 著

国际文化出版公司

精神分析经典译丛

主 编：孙名之
副主编：陈收 李肇翔 金锋

神经症与人的成长

NEUROSIS AND HUMAN GROWTH

[美] 卡伦·荷妮 (Karen Horney) 著

陈 收 甘 霞 郝雪琴 译
孙志娟 姜丽蓉 郭亚玲 周 朗

国际文化出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

神经症与人的成长 / [美] 荷妮著; 陈收等译.
—北京: 国际文化出版公司, 2007. 1
(精神分析经典译丛 孙名之主编)
ISBN 978-7-80105-835-5

I. 神… II. ①荷…②陈… III. 精神分析 - 研究
IV. B84 - 065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 013730 号

神经症与人的成长

著 者 [美] 卡伦·荷妮
译 者 陈 收 等译
策划编辑 江 红 陈杰平
出版发行 国际文化出版公司
经 销 北京国文润华图书销售公司
印 刷 北京蓝空印刷厂
排 版 京联新技术照排公司
开 本 787 × 960 16 开
22.5 印张 277 千字
版 次 2000 年 10 月第 1 版
2007 年 3 月第 2 版第 1 次印刷
印 数 1 - 6000 册
书 号 ISBN 978-7-80105-835-5
定 价 32.00 元

国际文化出版公司
北京朝阳区东土城路乙 9 号 邮编: 100013
总编室: (010) 64270995 传真: (010) 64271499
销售热线: (010) 64271187 64279032
传真: (010) 84257656
E - mail: icpc@ public. east. net. cn
http: //www. sinoread. com

KAREN HORNEY

卡伦·荷妮

1885年出生于德国汉堡。1914年师从亚伯拉罕后，逐渐成为柏林精神分析运动的中坚。希特勒执政后移居美国。通过自己的临床实践，及与阿德勒、沙利文、弗洛姆之间相互影响，逐渐对弗洛伊德学说产生怀疑，并与之决裂。不久，她创办了美国精神分析促进会，并担任主席。1952年在纽约逝世。

荷妮是新精神分析社会文化学派的主将。她自称曾应用弗洛伊德理论于临床实践达15年之久，后由于不满意治疗效果而产生了重新评价精神分析运动的想法。她强调社会环境、特别是家庭环境、双亲在对人格形成中的作用，认为人格结构是真我、实我和理想我的组合；人的发展变化取决于文化环境的影响，而文化是复杂的社会过程的产物。她将精神分析的解释重心从个体之内转向个体之外，从生物本能转向社会文化。她的学说基本内容远远超出了弗洛伊德限定的范围，把精神分析引向了一个更为宽广的道路。

KAREN HORNEY

《精神分析经典译丛》

责任编辑

(按姓氏笔划排列)

韦尔立	王逸明	江红	孙进军	陈杰平
李乃庄	李正堂	李海燕	李荣贵	李璞
张贵来	杨华	崔曙光	曾林	傅芝发

精神分析经典译丛

出版说明

精神分析学说是奥地利精神病医生、心理学家弗洛伊德在 20 世纪初创立的。弗洛伊德最初是作为神经病学家和精神科医生来从事研究的。其研究对象主要是歇斯底里症患者。他发现歇斯底里症的根源主要不是由于生理的原因，而是在于深刻内在的心理因素。他将这种内在的心理因素归结为儿童期被压抑的性意识，并由此创立了“无意识本能学说”，认为神经症的发作就是性意识的长期压抑最后总爆发的结果。弗洛伊德将他的发现加以总结，形成了一种全新的、最富创见的心理学说，并将这一学说全面推广到哲学、社会、宗教、文化领域，形成了一个庞大的思想体系。

但是弗洛伊德的思想体系有一个致命的缺点，即他的全部学说贯穿着生物学观点，否认人性的历史性，否认社会、文化因素对人格发展的影响。随着精神分析运动的发展，一些精神分析学家们不断批判性地发展弗洛伊德的思想，日益强调社会文化因素的作用，逐渐与弗洛伊德的学说分裂和分离。1911 年阿德勒就开始反对弗洛伊德的本能学说，强调社会条件和人际关系对人格发展的影响，建立了精神分析的个体心理学。此

后荣格也独树一帜地建立了精神分析的原型理论。尤其是 20 世纪 40 年代在美国兴起的新精神分析学派即精神分析社会文化学派，因强调社会文化的作用而与弗洛伊德的精神分析形成鲜明的对立，其主要代表人物有荷妮和弗罗姆等人。其中弗罗姆将他的精神分析理论应用在资本主义的社会批判上，形成了独特的精神分析的人本主义思想。

在精神分析运动中，尽管出现了不同的思想，形成了不同的流派，但是精神分析学派总的还是有一些共同的东西，即强调儿童期的影响，强调压抑的作用，用病态的观点来看待现代的人性等。精神分析在第二次世界大战以后蓬勃发展，深入到西方社会、生活、思想、文化各个领域，融合到了整个西方社会之中，成了西方社会不可分离的一部分。究其原因，乃是因为两次世界大战对西方人性造成的戕害，以及后工业社会给人的精神造成的强大压力之故。

精神分析学说早在 20 世纪 30 年代就传入我国，近年来出版界也陆续翻译出版了一些精神分析学家的重要著作，尤其是弗洛伊德的重要著作，但是都较为零散，未见系统。在我国，随着高科技的发展，市场经济的深入，生活节奏日益加快，社会竞争日益增强，人们的心理压力越来越大，由此造成的精神苦闷越来越多。尤其是儿童，从小就面临着各种各样的压力，这些压力和苦闷如果得不到及时的缓解和宽慰，天长日久就会形成心理畸形和性格变态，导致病态人格或神经症。如何缓解精神压力，如何消除不良影响，如何避免病态人格，如何营造融洽的家庭氛围、和谐的社会环境，健康地生活和成长，这是我国学界面临的重要课题之一。基于此，我们组织翻译了这套《精神分析经典译丛》，希望能够给我国学界和广大读者提供一些参考。本译丛共 18 种，精心选取精神分析大师弗洛伊德、阿德勒、荣格、荷妮和弗罗姆的经典之作，分别从性欲、社

会、生活环境、文化传统等方面对人的病态心理——大至精神疾患，小至日常笔误、舌误等过失进行了深入的精神分析。读书界完全懂得要用正确的分析态度去研读这些著作，汲取其精华，剔除其糟粕，为我所用，这一点无需我们多说。这套丛书是我们精心组织人力翻译完成。尽管如此，其错误和不足之处在所难免，希望方家不吝赐教。

国际文化出版公司编辑部

1999年12月

神经症与人的成长

[美] 卡伦·荷妮 著

陈 收 甘 霞 郝雪琴 孙志娟
姜丽蓉 郭亚玲 周 朗 译

目 录

导 论	进化的道德	陈 收译(5)
第一章	探究荣誉	陈 收译(9)
第二章	病态要求	陈 收译(33)
第三章	应该之暴行	陈 收译(58)
第四章	病态自负	甘 霞译(80)
第五章	自恨与自卑.....	郝雪琴 孙志娟译 (103)
第六章	脱离自我.....	姜丽蓉译 (145)
第七章	解除紧张之法.....	郭亚玲译 (166)
第八章	夸张型解决法——主宰一切	周 朗译 (177)
第九章	自谦型解决法——爱的吸引力	周 朗译 (202)
第十章	病态依赖.....	周 朗译 (225)
第十一章	放弃：自由的吸引力.....	周 朗译 (244)
第十二章	人际关系中的神经症不安	周 朗译 (273)
第十三章	工作中的神经症障碍.....	周 朗译 (289)
第十四章	精神分析治疗之路.....	周 朗译 (310)
第十五章	理论上的思考.....	周 朗译 (340)

导论 进化的道德

神经症的过程是人类发展的一种特殊的形式，并且——由于浪费了人类发展所包括的建设性的能量——是一种特别不幸的形式。这种病态的过程不仅本质上不同于健康人的成长，而且在很多方面与正常人的成长完全相反，其强度超乎我们的认识。在有利的条件下，人的能量被用来实现自己的潜能，其发展形式多种多样。因其特殊脾性、能力、嗜好以及早期和后期生活的环境，他可能会变得柔肠百结，也可能变得铁石心肠；可能会变得极为谨慎，也可能会变得极为轻信；可能会变得极为自信，也可能会变得不那么自信；可能会变得好沉思默想，也可能会变得更为外向。他可以发展他的特殊的天赋。但是，无论其发展道路通向何方，都是他的既定的潜能的发展。

然而，在内心的压力下，一个人可能会脱离真实的自我。然后，他可能会将其大部分的精力转向塑造自我这样一种任务，通过内心的严格指令系统，成为一个绝对完美的人。因为，除了像上帝一样完美之外，再无任何东西能够实现他自己的理想的形象，能够满足他对（像他所感到的那样）他所具有的，所能有的，或者他应该有的那些高尚的品质的自豪。

本书中详细描述的神症发展的倾向，使我们的注意力远远超出了对病理学现象的临床上的或理论上的兴趣。因为它涉及一些基本的道德问题——它包括人的欲望、驱力，或臻于至

6 神经症与人的成长

善的宗教义务。如果自豪成了达到目的的动力，任何一位认真研究人的发展的学者，都不会怀疑自豪或自吹的讨厌和追求完美的可恶。但是，为了确保道德行为而在内心确立严格的控制体系，对它的合理性和必要性，一直存在着广泛的争论。假使这种内心的指令对人的自发行为具有限制的效用，难道我们就不能够——按照基督教的禁令（“汝必完美……”），为完美而奋斗吗？要是摆脱这些指令，难道人类的道德和社会生活就会面临危险甚至是面临毁灭吗？

本书不讨论提出和回答人类历史中这一问题的各种方式，我也不打算这么做。我只是想指出，答案取决于这样的一个基本因素：我们对人性的信念的本质有何不同。

广而言之，根据对基本人性的各种不同的解释，道德的目标具有三种主要的概念。对于那些相信人天生就是有罪的，或者是受原始本能控制的（如弗洛伊德）人来说，无论从哪种意义上讲，附加（在内心的）检查和控制都是无法放弃的。因而道德的目标必然是驯化和克服自然状态，而不是发展自然状态。

对于那些相信人生而固有某些本质上是“善”的东西，又具有某些“恶”的、有罪的、破坏性的东西的人而言，道德的目的必定与上述目的完全不同。其中心思想在于通过信仰、理性、意志或慈悲等各种因素来加工、指导或加强，确信天生的美德获得最后的胜利——这一点与特殊的占主导作用的宗教或伦理观念相一致。在这里，所要强调的不是专门打击和压制邪恶，因为还有更积极的一些程序。然而这种积极的程序既依赖于某些超自然的帮助，又依赖于严格的理性或意志的理想，其本身就意味着在使用禁止和检查内心的指令。

最后，如果我们相信进化着的建设性的力量是人所固有的，正是这种力量促使人们实现其固有的潜力，那么道德问题又与前面二者迥然有别，这种信念并不意味着人之初性本

善——这样这种信念就可能会事先设置了一个什么是善什么是恶这样的一种固定的知识，而是意味着，人生来并自愿地为实现自我而奋斗，并从这种奋斗中发展出一系列的价值。举例言之，很明显，除非他充满自信，除非他积极进取，富有创造精神，除非他团结协作地与他人相处，否则他不能充分发挥他的潜能，如果他只是沉溺于“无知的自我崇拜”（雪莱语），并不断地将自己的过错归咎于他人的缺点，那么，很明显，他就难以成长。真正说来，只有他替自己负责，他才能够成长。

因此，我们达到了**进化的道德**，其中，我们进行自我教化和弃绝的标准在于这样的问题：一种特殊的态度或驱动力对我们人类的成长是具有促进作用还是具有阻碍作用？正如神经症通常所表明的那样，各种压力都易于将我们的创造力转向非创造的或者说破坏的渠道。但是，只要我们具有自发地为实现自我而奋斗的信念，那么，我们就既不需要用“内心的紧身衣”来束缚我们的自发性，也不用鞭打我们内心的指令，让它驱使我们实现完美。毫无疑问，这种严格的方法能够成功地压抑不良的因素，但是，同样毫无疑问的是，它们会伤害我们的成长。我们不需要这些方法，因为，在处理我们自身的破坏力量时，我们看到了更好的可能性：那就是实实在在地革除它们。实现这一目标的方法就是不断地增强自我意识，加强对自我的理解。然而，自我认识并不是目的本身，而是解放自发成长力量的工具。

在这种意义上来讲，研究自我不仅是首要的道德义务，与此同时，就其真正的意义来讲，也是首要的道德权利。我们应该认真地对待我们的成长，就这个历程上来讲，我也会认真地对待我们的成长，因为我们自己就愿意这么做。当我们不去病态地纠缠自我时，当我们自由地成长时，我们也会自由地去爱，自由地去关心他人。对于那些年轻人，我们就会给予他们无忧无虑的成长的机会，当他们在前进的道路上遇到障碍时，

8 神经症与人的成长

我们就能以各种各样的方式帮助他们尽可能地找到自我，实现自我。无论如何，不论是对我们还是对他人，其理想在于解放和培养那些实现自我的力量。

我希望我的这本书，借以清楚地阐释那些障碍因素，以其自己的方式，帮助读者实现这一解放。

卡伦·荷妮

第一章 探究荣誉

儿童不管在什么条件下成长，只要他没有智力上的缺陷，他就必须以这样或那样的方式与他人打交道，他就有可能去获取某些技能。但是，也有一些力量不是他能够先天获得的，也不能通过后天的学习来发展，你无须——事实上也不能教会一粒橡籽长成橡树，但是，如果给橡籽一个机会，它内在的潜能就会长成一棵橡树。同样，只要给予人类个体一个机会，他就能发挥出其特殊的人类潜能来。然后，他就能发展出他的自我的独一无二的活力来；澄清和深入他自己的情感、思想、欲望和兴趣；开发自己资源的能力；加强自己意志力的能力；发掘他已有的特殊的能力或天赋；表达自己的能力，用自发的情感与他人打交道的能力。所有这些将使他迟早发现自己的价值和生活的目的。总而言之，他将从根本上不会误入歧途，而是沿着自我实现的方向成长。这就是我为什么要在现在以一整本书的篇幅来讲述真正的自我是我们的内在的中心力量的原因。这种内在的中心力量是人所共有的，然而在每个人那里又各不相同，它是成长的深刻根源。^[1]

只有个人本身才能发展他自己的天赋潜能。然而，正如其他的生物一样，人类个体的成长需要有利的环境“从橡籽长

[1] 以后提到“成长”时，指的都是在这种意义上的成长：按照个人的天性及天赋潜能，自由、健康地发展。